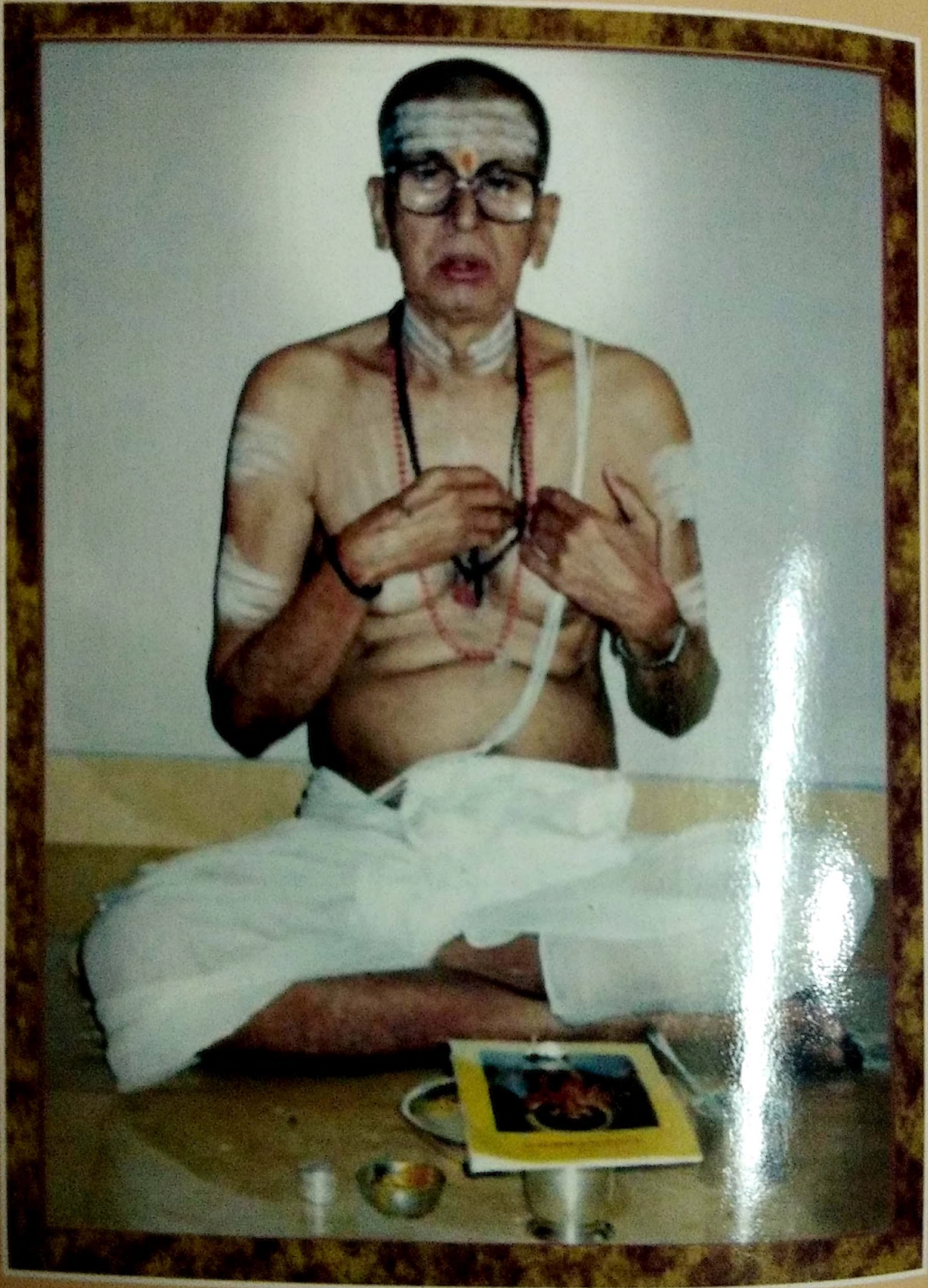


શ્રિઠાલ સંદયોપાસન વિધિ



શ્રી સિદ્ધેશ્વર મહાદેવ ગુરુ પરિવાર
બાવાજીની વાડી, સિદ્ધપુર

(શ્રી ગુરુ મહારાજ)



પરમ પૂજ્ય શ્રી ચંદ્રકાંત અમૃતરાવ પાઠક
બાવાજીની વાડી, સિદ્ધપુર

" શ્રી ગુરુજીના સંધ્યા વિશેના બ્રહ્મ વાક્યો "

॥ આબ્રહાન્ બ્રાહ્મણો બ્રહ્મવર્ચ્સી જાયતામ્ ॥

વેદ અને સ્મૃતિઓમાં બ્રાહ્મણોને સંધ્યા -વંદન કરવાની બહુ આવશ્યકતા બતાવી છે. ત્રણ દિવસ સંધ્યા-વંદન નહીં કરવાથી બ્રાહ્મણ શુદ્ધભાવને પામે છે. માટે ઉત્કર્ષ ઈચ્છનારે નિત્ય સંધ્યા વંદન કરવું જોઈએ તેનો હેતુ વિશ્વ અને આત્મ કલ્યાણનો છે. બ્રહ્માંડમાંના પ્રાણાયામના સંધિ સમયે પોતાના શરીરમાંના પ્રાણતત્વની શુદ્ધિ માટે સૂર્યમાં રહેલા અંતર્યામીની ઉપાસના રૂપે જે કર્મો બ્રાહ્મણો વડે કરવામાં આવે છે, તેને સંધ્યા કહેવાય છે.

ગુરુજી કહેતા કે સંધ્યા કરવાના ચારકાળ હોય છે. ચારેય કાળને અનુક્રમે પ્રાતઃકાળ, મધ્યાનકાળ, સાયંકાળ, અને નિશીથકાળ(મધ્યરાત્રિ) કહે છે. તેમાં નિશીથ કાળનો ઉપયોગ યોગિઓ માટે હોય છે. અર્ધ્ય પ્રક્ષેપણ, ગાયત્રીજપ, સૂર્યોપસ્થાન એ ત્રણ અંગો સંધ્યામાં સમાન પ્રધાનતા ધરાવે છે. બીજા આયમન પ્રાણાયામ, માર્જનાદિ ઉપકાર છે. તે ત્રણમાં પણ બળવાન કેવળ અર્ધપ્રદાન છે.

સંધ્યાનું મહત્વ હોઈ તેને નિત્યકર્મ ગણ્યું છે. વળી સંધ્યાને અષ્ટાંગ યોગ માર્ગની લઘુ પદ્ધતિ કહે છે. સંધ્યા કરવાથી અનંત ફળ મળે છે. પણ તે ન કરવાથી બ્રાહ્મણોને દોષ લાગે છે. ત્રિકાળ સંધ્યા ન થઈ શકે તેમ હોય તો પ્રાતઃસંધ્યા તો અવશ્ય કરવી જોઈએ. બને ત્યાં સુધી ત્રિકાળ સંધ્યા કરવાનો આગ્રહ રાખવો. બ્રાહ્મણનો દિકરો યજ્ઞોપવિત ધારણ કરે છે, અને તે ત્રિકાળ સંધ્યા-વંદન કરે છે. ત્યારે તે સૂર્યનારાયણ જેવો તેજસ્વી બને છે.

ત્રિકાલ સંધ્યોપાસન વિધિ:

(પ્રાતઃ સંધ્યા તેમજ મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં પૂર્વ દિશા તરફ મોંદુ રહે તે રીતે બેસીને કરવી જ્યારે સાયં સંધ્યા પશ્ચિમ દિશા તરફ મોંદુ રહે તે રીતે બેસીને કરવી)

પ્રાર્થના :-

(બે હાથ જોડી નીચે પ્રમાણે બોલીને પ્રાર્થના કરવી)

ગણનાથ સરસ્વતી રવિ શુક બ્રહ્મસ્પતીન્,

પંથૈતાન્ સંસ્મરે ન્નિત્યં વેદ વાણી પ્રવર્તતે.

ગુરુર્બ્રહ્મા ગુરુર્વિષ્ણુઃ ગુરુર્દેવો મહેશ્વર,

ગુરુઃ સાક્ષાત્પરં બ્રહ્મ તસ્મૈ શ્રી ગુરવે નમઃ.

શુકલાં બ્રહ્મ વિચાર સાર પરમા માધાં જગતદ્વ્યાપિની,

વીણા પુસ્તક ધારિણીમ ભયદાં જાડયાંધકારાપહામ્.

હસ્તે સ્ફટિક માલિકાં વિદધતીં પદ્માસને સંસ્થિતાં,

વંદે તાં પરમેશ્વરીં ભગવતીં બુદ્ધિ પ્રદાં શારદામ્.

શિખાબંધનમ્ :-

(નીચેનો મંત્ર બોલીને શિખા બાંધવી)

ઉર્ધ્વકેશિ વિરૂપાક્ષિ માંસ શોણિત ભોજને,

તિષ્ઠ દેવિ શિખા મધ્યે ચામુંડે ચા પરાજિતે.

વિષ્ણુર્નામિ સહસ્ત્રંસ્થાત્ શિખાબદ્ધમ્ કરોમ્યહમ્.

(નીચેનો મંત્ર બોલવો અને જમણા હાથ વડે પ્રથમની બે આંગળીઓ સીધી રાખી માથા ઉપર ત્રણ વખત ફેરવી ડાબા હાથની હથેળી ઉપર પછાડી ત્રણ વખત તાલી પાડવી)

અપકામન્તુ ભુતાની પિશાચા સર્વતો દિશમ્,

સર્વેષામ વિરોધેન સંધ્યા કર્મ સમારભે.

(નીચેનો મંત્ર બોલવો અને ડાબા હાથની હથેળીમાં જળ રાખી જમણા હાથ વડે બંને આંખે તથા કાને જળનો સ્પર્શ કરવો)

અભ્યુદકસ્પર્શ:

અથ આચમ્ય પ્રાણનાચમ્ય :-

(નીચે પ્રમાણે બોલીને ત્રણ વખત જળ પી જવું અને ચોથી વખતે હાથ ધોવા)

ૐ કૈશવાય નમઃ સ્વાહા. ૐ નારાયણાય નમઃ સ્વાહા.

ૐ માધવાય નમઃ સ્વાહા. ૐ ગોવિંદાય નમઃ ઇતિ હસ્તં પ્રક્ષાલ્ય.

(નીચે પ્રમાણે બોલીને ભગવાનનું સ્મરણ કરીને નમસ્કાર કરવા)

ૐ વિષ્ણવે નમઃ ૐ મધુસૂદનાય નમઃ ૐ ત્રિવિક્રમાય નમઃ

ૐ વામનાય નમઃ ૐ શ્રીધરાય નમઃ ૐ હૃષિકૈશાય નમઃ

ૐ પદ્મનાભાય નમઃ ૐ દામોદરાય નમઃ ૐ સંકર્ષણાય નમઃ

ૐ વાસુદેવાય નમઃ ૐ પ્રદ્યુમ્નાય નમઃ ૐ અનિરુદ્ધાય નમઃ

ૐ પુરુષોત્તમાય નમઃ ૐ અધોક્ષજાય નમઃ ૐ નારસિંહાય નમઃ

ૐ અચ્યુતાય નમઃ ૐ જનાર્દનાય નમઃ ૐ ઉપેન્દ્રાય નમઃ

ૐ હરયે નમઃ ૐ શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્મને નમો નમઃ

(નીચે પ્રમાણે બોલતી વખતે આચમનીમાં જળ રાખવું અને તે જળ તરભાણીમાં મુકવું)

ૐ ઇતિ પ્રણવસ્ય પરબ્રહ્મ બ્રહ્મિ પરમાત્મા દેવતા દૈવી ગાયત્રી છંદઃ પવિત્ર

પ્રાણાચામે વિનિયોગઃ

(નીચેના મંત્ર વડે પ્રાણાચામ કરવો)

ૐ ભૂઃ ૐ ભુવઃ ૐ સ્વઃ ૐ મહઃ ૐ જનઃ ૐ તપઃ ૐ

સત્યં ૐ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ, ધિયો યોનઃ પ્રચોદયાત ૐ

આપોજયોતીરસોઽમૃતં બ્રહ્મભૂર્ભુવ સ્વરોમ્ -

સંકલ્પ :-

(આચમનીમાં જળ રાખી નીચે મુજબનો સંકલ્પ બોલવો અને તે જળ તરભાણી માં મુકવું)

તિથિર્વિષ્ણુ સ્તથા વારો નક્ષત્રં વિષ્ણુરેવ ચ,

યોગશ્ચ કરણં યૈવ સર્વ વિષ્ણુમયં જગત્.

અથ પૂર્વોચ્ચારિત એવં ગુણ વિશેષણ વિશિષ્ટાયાં શુભપુણ્ય તિથી મહામાંગલ્યાપ્રદ માસોત્તમે માસે _____ માસે _____ પક્ષે _____ તિથી વાસરસ્તુ

વાસરઃ _____ વાસર સંયુતાયાં _____ ગોત્ર _____ કુમાર શર્મા મમાઽત્મન :

શ્રુતિસ્મૃતિ પુરાણોક્ત ફલ પ્રાપ્ત્ય મમ સકલ પાપદુરીતં ક્ષયાર્થં બ્રહ્મો વાસરે પ્રાતઃ

સંધ્યોપાસન મહં કરિષ્યે.

(મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં બ્રહ્મો વાસરે પ્રાતઃ ના બદલે રૂદ્રો વાસરે મધ્યાહ્ન બોલવું તેમજ સાયં સંધ્યામાં

વિષ્ણુ વાસરે સાયં બોલવું)

માસ:-

કાર્તિકમાસે, માર્ગશીર્ષ માસે, પૌષ માસે, માઘ માસે, ફાલ્ગુન માસે, ચૈત્ર માસે, વૈશાખ માસે, જ્યેષ્ઠ માસે, આષાઢ માસે, શ્રાવણ માસે, ભાદ્રપદ માસે, અશ્વિન માસે, અમુકે અધિકમાસે.

પક્ષ :- શુક્લપક્ષે , કૃષ્ણપક્ષે.

તિથિ :-

પ્રતિપદ્યાં તિથી, દ્વિતીયાયાં તિથી, તૃતીયાયાં તિથી, ચતુર્થ્યા તિથી, પંચમ્યાં તિથી, ષષ્ઠ્યાં તિથી, સપ્તમ્યાં તિથી, અષ્ટમ્યાં તિથી, નવમ્યાં તિથી, દશમ્યાં તિથી, એકાદશ્યાં તિથી, દ્વાદશ્યાં તિથી, ત્રયોદશ્યાં તિથી, ચતુર્દશ્યાં તિથી, પૂર્ણિમાયાં તિથી, અમાવાસ્યાયાં તિથી.

વાર :- ભાનુવાસરે, ઇન્દુવાસરે, ભૌમવાસરે, સૌમ્યવાસરે, બૃહસ્પતિવાસરે, ભૃગુવાસરે, મંદવાસરે.

માર્જનમ્:-

(ડાબા હાથમાં જળ રાખી જમણા હાથ વડે તે જળ નીચેનો મંત્ર બોલીને શરીર ઉપર છાંટવું)
ૐ ભૂઃ પુનાતુ, ૐ ભુવઃ પુનાતુ, ૐ સ્વઃ પુનાતુ, ૐ મહઃ પુનાતુ, ૐ જનઃ પુનાતુ,
ૐ તપઃ પુનાતુ, ૐ સત્યં પુનાતુ ૐતત્સવિતુર્વરેણ્યંભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ, ધિયો જેનઃ
પ્રચોદયાત ૐ સર્વં પુનાતુ.

ૐ આપોહિષ્ઠા મયો ભુવસ્તાનડગિર્જૈ દધાતન મહેરણાય ચક્ષસે જોવહ
શિવતમોરસસ્તસ્ય ભાજયતે હનહ ઉશતીરિવમાતરહ તસ્માડઅરંગ મામવો
જસ્યક્ષયાચજિન્વય આપોજન યથાચનહ.

અથ ભસ્મધારણા વિધી :-

(ડાબા હાથમાં ભસ્મ લઈ તેના ઉપર જમણો હાથ ટાંકવો અને નીચે મુજબ બોલવું)
ૐ અગ્નિરિતિ ભસ્મ, ૐ વાયુરિતિ ભસ્મ, ૐ જલમિતિ ભસ્મ ૐ સ્થલમિતિ ભસ્મ
ૐ વ્યોમેતિ ભસ્મ, ૐ સર્વ ગ્ગૂં હવા ઇદં ભસ્મ, મન એતાની ચક્ષૂ ગ્ગું ખિ ભસ્માની
તસ્માત વ્રતમેતત પાશુપતં પશુપાશ વિમોક્ષાય.

(ત્યાબાદ નીચે પ્રમાણે બોલીને ભસ્મમાં પ્રાતઃ સંધ્યામાં જળ ઉમેરવું, મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં ચંદન
મિશ્રીત જળ ઉમેરવું તેમજ સાયં સંધ્યામાં ફક્ત કોરી ભસ્મજ રાખવી એટલે કે કાંઈ ઉમેરવું નહિ)

ૐ આપોજયોતીરસોડમૃતં બ્રહ્મભૂર્ભુવ સ્વરોમ્ -

(ત્યારબાદ નીચે પ્રમાણે બોલીને ભસ્મ ચોળવી.)

ૐ માનસ્તોકેતનયે માનડઆયુખિ માનો ગોખુ માનો અશ્વેખુરીરિખહ,

માનોવ્વીરાનુદ્રભામિનો વ્વધીરેહવિખનતહ સદમિત્વા હવામહે.

(નીચેનો મંત્ર બોલીને બંને હાથ સીધા રાખવા)

ૐ ત્ર્યંબકં જજ્જમહે, સુગન્ધિમ્બુષ્ટિવર્ધનમ્,
ઉર્વારુકમિવબન્ધનાન્મૃત્યોર્મુક્તીય મામ્રેતાત,

ભસ્મ ધારણામ્ :-

(નીચે પ્રમાણે બોલીને બતાવેલ જગ્યાએ ભસ્મના ત્રિપુંડ કરવા)

ૐ આયુષં જમદગ્નેહે (ઈતિ લલાટે) (કપાળના ભાગે)

ૐ કશ્યપશ્ય આયુષં (ઈતિ ગ્રીવાયામ્) (ગળાના ભાગે)

ૐ જદેવેષુ આયુષં (ઈતિ બાહ્યો) (બંને હાથના ભાગે)

ૐ તન્નોઽઅસ્તુ આયુષં (ઈતિ હૃદયે) (હૃદયના ભાગે)

ૐ નમઃ શિવાય (ઈતિ સર્વાંગેષુ) (આખા શરીરે)

અથ કરન્યાસ :-

(દરેક ન્યાસમાં નીચે પ્રમાણે બોલીને જણાવેલ જગ્યાએ જમણા હાથ વડે સ્પર્શ કરવો)

ૐ ભૂઃ અંગુષ્ઠાભ્યાં નમઃ (બંને હાથની પ્રથમ આંગળી એટલેકે તર્જનીના ટેરવાનો ભાગ બંને હાથના અંગુઠાના નીચેના ભાગથી ઉપરના ભાગ તરફ લઈ જવો)

ૐ ભુવઃ તર્જનીભ્યાં નમઃ (બંને હાથના અંગુઠાના ટેરવાનો ભાગ પ્રથમ આંગળીના નીચેના છેડાથી ઉપર તરફ લઈ જવો)

ૐ સ્વઃ મધ્યમાભ્યાં નમઃ (ઉપર મુજબ બીજી આંગળી)

ૐ તત્સવિતુર્વરેણ્યં અનામિકાભ્યાં નમઃ (ઉપર મુજબ ત્રીજી આંગળી)

ૐ ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ કનિષ્ઠિકાભ્યાં નમઃ (ઉપર મુજબ ટચલી આંગળી)

ૐ ધિયો જોનઃ પ્રચોદયાત કરતલકરપૃષ્ઠાભ્યાં નમઃ

(બંને હાથની હથેળી તથા

હથેળીનો ઉપરનો ભાગ)

અથ ષડંગન્યાસ :-

(દરેક ન્યાસમાં નીચે પ્રમાણે બોલીને જણાવેલ જગ્યાએ જમણા હાથ વડે સ્પર્શ કરવો)

ૐ ભૂઃ હૃદયાય નમઃ

(હૃદયે)

ૐ ભુવઃ શિરસે સ્વાહા

(માથે)

ૐ સ્વઃ શિખાથે વષટ્

(શિખાએ)

ૐ તત્સવિતુર્વરેણ્યં કવચાય હુમ્

(બંને હાથે)

ૐ ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ નેત્રત્રયાય વૌષટ્

(બંને આંખે)

ૐ ધિયો જોનઃ પ્રચોદયાત અસ્ત્રાય ફટ્

(જમણા હાથની પ્રથમ અને બીજી આંગળી

સીધી રાખી માથાની ઉપર ફેરવી તેના વડે ડાબા હાથની હથેલીમાં ત્રણ વખત તાલી પાડવી)

અથસપ્તવ્યાહતિન્યાસા :-

(જે જે અંગના નામ આવે તે પ્રમાણે જમણા હાથનો સ્પર્શ તે અંગ પર કરવો)

ૐ ભૂઃ પાદયોઃ(પગે) ૐ ભુવઃ જાન્વોઃ(ટીંચણે) ૐ સ્વઃ ઊર્વોઃ(ટીંચણથી ઉપરના ભાગે)

ૐ મહઃ જઠરે(જઠરે) ૐ જનઃ કણ્ઠે (ગળાના ભાગે) ૐ તપઃ મુખે (મોઢે)

ૐ સત્યં શિરસિ (માથાના ભાગે)

અથ ગાયત્ર્યક્ષરન્યાસા:-

(જે જે અંગના નામ આવે તે પ્રમાણે જમણા હાથનો સ્પર્શ તે અંગ પર કરવો)

ૐ તકારં પાદાંગુલયોઃ (બંને પગના અંગુઠા) ૐ સકારં ગુલ્ફયોઃ (ઘુંટીએ) ૐ વિકારં જંઘયોઃ (ઘુંટીની ઉપર) ૐ તુકારં જાન્વોઃ (ટીંચણે) ૐ વકારં ઊર્વોઃ (ટીંચણથી ઉપરના ભાગે) ૐ રેકારં ગુદે (ગુદા ઉપર) ૐ ણિકારં લિંગે (લીંગ ઉપર) ઇતિ હસ્તં પ્રક્ષાલ્ય (હાથ ધોવા) ૐ ચકારં કટ્યામ્ (કેડ ઉપર) ૐ ભકારં નાભૌ (કુટીએ) ૐ ગોકારં ઉદરે (પેટ ઉપર) ૐ દેકારં સ્તનયોઃ (સ્તને) ૐ વકારં હૃદયે (હૃદયે) ૐ સ્ચકારં કણ્ઠે (ગળે) ૐ ધીકારં મુખે (મોઢે) ૐ મકારં તાલુદેશે (મોઢામાં તાળવે જીભ અડાડવી) ૐ હિકારં નાસિકાગ્રે (નાકના આગળના ભાગે) ૐ ધિકારં નેત્રયોઃ (બંને આંખે) ૐ ચોકારં ભ્રુવોર્મધ્યે (બંને ભ્રમરની વચ્ચે) ૐ દ્વિતીયોકારં લલાટે (કપાળે) ૐ નકારં પૂર્વમુખે (કપાળના ઉપરના ભાગે) ૐ પ્રકારં દક્ષિણમુખે (જમણા કનના ઉપરના માથાના ભાગે) ૐ ચોકારં પશ્ચિમ મુખે (માથાના પાછળના ભાગે) ૐ દકારં ઉત્તરમુખે (ડાબા કનના ઉપરના માથાના ભાગે) ૐ યાકારં મૂર્ધ્નિ (મસ્તકના તાળવાના ભાગે) ૐ તકારં સર્વાંગેષુ.(આખા શરીરે)

અથ શિરોન્યાસ :-

(જે જે અંગના નામ આવે તે પ્રમાણે જમણા હાથનો સ્પર્શ તે અંગ પર કરવો)

ૐ આપો ગુહ્યે (ગુદાના ભાગે) ૐ જયોતી શ્વક્ષુષિ (બંને આંખે) ૐ રસો વકત્રે
(મોઢાના ભાગે) ૐ અમૃતં જાનુનિ (ટીંચણના ભાગે) ૐ બ્રહ્મ હૃદયે (હૃદયે) ૐ ભૂઃ
પાદયોઃ (પગે) ૐ ભુવઃ નાભૌ (ડુટીએ) ૐ સ્વઃ લલાટે (કપાળે) ૐ કારં મૂર્ધ્નિ
(માથાના ઉપરના ભાગે)

અથ ગાયત્ર્યાવાહનમ્ :-

(પ્રાતઃ સંધ્યામાં નીચે પ્રમાણે બોલીને ગાયત્રી માતાનું આવાહન કરવું)

ગાયત્રીં શ્રદ્ધરાં બાલાં સાક્ષસૂત્ર કમલલુપ્
રક્તાંગીં રક્ત વસ્ત્રાં ચ હંસવાહનસંસ્થિતામ્
બ્રહ્મવેદકૃતોત્સંગાં ચતુર્વક્ત્રાં ચતુર્ભુજામ્
બ્રહ્માણીં બ્રહ્મદેવત્યાં બ્રહ્મલોક નિવાસિનીમ્
આવાહયામ્યહં દેવી માયાન્તીં સૂર્યમંડલાત્
આગચ્ચ વરદે દેવી શ્રદ્ધરેબ્રહ્મવાદિનિ
ગાયત્રિ છન્દસાં માતર્બ્રહ્મયોનિ નમોઽસ્તુ તે

(મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં નીચે પ્રમાણે બોલીને ગાયત્રી માતાનું આવાહન કરવું)

સાવિત્રીં યુવતીં શુક્લાં શુક્લ વસ્ત્રાં ત્રિલોચનામ્
ચતુર્વેદકૃતોત્સંગાં વૃષારૂઢા ત્રિશૂલિનીમ્
રુદ્રાણીં રુદ્રદેવત્યાં રુદ્રલોક નિવાસિનીમ્
આવાહયામ્યહં દેવી માયાન્તીં સૂર્યમંડલાત્
આગચ્ચ વરદે દેવી શ્રદ્ધરે રુદ્રવાદિનિ
સાવિત્રિ છન્દસાં માતઃ રુદ્રયોનિર્નમોઽસ્તુ તે

(સાચં સંધ્યામાં નીચે પ્રમાણે બોલીને ગાયત્રી માતાનું આવાહન કરવું)

વૃક્ષાં સરસ્વતીં કૃષ્ણાં પીતવસ્ત્રાં ચતુર્ભુજમ્

શંખચક્રગદાપદ્મહસ્તાં ગરુડવાહિનીમ્

સામવેદકૃતોત્સંગાં સર્વલક્ષણ સંયુતામ્

વૈષ્ણવીં વિષ્ણુદેવત્યાં વિષ્ણુલોક નિવાસિનીમ્

આવાહયામ્યહં દેવી માયાન્તીં વિષ્ણુમંડલાત્

આગચ્છ વરદે દેવી ત્ર્યક્ષરેવિષ્ણુવાહિનિ

સરસ્વતિ ચ્છન્દસાં માતર્વિષ્ણુ યોનિ નમોઽસ્તુ તે

અમ્બુપ્રાશનમ્ :-

(પ્રાતઃ સંધ્યામાં આચમનીમાં જળ રાખી નીચે પ્રમાણેનો વિનિયોગ બોલી જળ તરબાણીમાં મુકવું)

સૂર્યશ્ચમેત્યસ્ય નારાયણ ઋષિઃ સૂર્યો દેવતા, અનુષ્ટુપ્ છંદઃ અમ્બુપ્રાશને વિનિયોગઃ

(નીચે પ્રમાણે બોલતી વખતે જમણા હાથની હથેળીમાં જળ રાખવું અને ત્યારબાદ તે જળ પી જવું)

ૐ સૂર્યશ્ચ મા મન્યુશ્ચ મન્યુપતયશ્ચ મન્યુકૃતેભ્યઃ પાપેભ્યો રક્ષન્તામ્ , ચદ્રાશ્ચા

પાપમકાર્ષ મનસા વાચા હસ્તાભ્યાં પદ્ભ્યામુદરેણ શિશ્ના રાત્રિસ્તદવલુમ્પતુ ચત્કિંચિદ્

દુરિતં મયિ ઇદમહમામૃત યોનો સૂર્યે જયોતિષિ જુહોમિ સ્વાહા.

(નીચે પ્રમાણે બોલીને બે વખત જળ પીવું)

તતો દ્વિરાચનમ્

(મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં આચમનીમાં જળ રાખી નીચે પ્રમાણેનો વિનિયોગ બોલી જળ તરબાણીમાં મુકવું)

આપઃ પુનર્નિવતિ મંત્રસ્ય નારાયણ ઋષિઃ, આપો દેવતા, ગાયત્રી છંદઃ,

અમ્બુપ્રાશને વિનિયોગઃ

(નીચે પ્રમાણે બોલતી વખતે જમણા હાથની હથેળીમાં જળ રાખવું અને ત્યારબાદ તે જળ પી જવું)

ૐ આપ : પુનન્તુ પૃથિવી પૃથિવી પૂતા પુનાતુ મામ્. પુનન્તુ બ્રહ્મણસ્પતિર્બ્રહ્મપૂતા
પુનાતુ મામ્, ચદુચ્છિષ્ટમભોજયં ચ ચદ્વા દુશ્ચરિતં મમ, સર્વ પુનન્તુ મામાપો સતાં
ચ પ્રતિગ્રહગ્નું સ્વાહા.

(નીચે પ્રમાણે બોલીને બે વખત જળ પીવું)

તતો દ્વિરાચનમ્

અથ જલાવગ્રહણમ્ :-

(આરામનીમાં જળ રાખી નીચે પ્રમાણેનો વિનિયોગ બોલી જળ તરભાણીમાં મુકવું)

ૐ સુમિત્રિયા દુર્મિત્રિયા ઇતિ દ્વયોઃ પ્રજાપતિર્ઋષિઃ આપો દેવતા અનુષ્ઠુપ

છંદઃ જલાવગ્રહણે વિનિયોગ :

(જમણા હાથમાં જળ રાખી જમણા નસકોરાથી તેમાં શ્વાસ અંદર લેવો)

ૐ સુમિત્રિયાનઽઆપઽ ઓખધયહ સન્તુ.

(તે જળ માં ડાબા નસકોરાથી તેમાં શ્વાસ બહાર કાઢવો અને નીચેનો મંત્ર બોલવો)

ૐ દુર્મિત્રિયાસ્તસ્મૈસન્તુજે સ્માન્દેષ્ટિજંચવ્વયંદ્વિખમહ.

(ત્યારબાદ તે જળ ડાબી બાજુ જમીન પર છોડી દેવું)

સૂર્યઅર્ચ્ય :-

(પ્રાતઃસંધ્યામાં અર્ધ્યાપાત્ર (અર્ધ્યુ)માં ગંધ પુષ્પ અને જલ વડે સૂર્યનારાયણ ભગવાનને ઉભા

થઈ નીચે મુજબ ત્રણ અર્ધ્ય આપવા)

ૐ ભૂર્ભુવઃસ્વઃ ૐતત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ, ધિયોજેનઃ પ્રચોદયાત

ૐ પ્રાતઃસંધ્યાયામ્ બ્રહ્મસ્વરૂપિ ગાયત્રી સવિતા શ્રી સૂર્યનારાયણાય નમઃ ઇદં

અર્ધ્ય દત્તં ન મમ. અસાવાદિત્યોર્બ્રહ્મ.

(મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં પ્રાતઃસંધ્યાયામ્ બ્રહ્મસ્વરૂપિ ગાયત્રી સવિતા ના બદલે મધ્યાહ્ન

સંધ્યાયામ્ રૂદ્ર સ્વરૂપિ સાવિત્રી સવિતા તેમજ સાયં સંધ્યામાં સાયં સંધ્યાયામ્ વિષ્ણુ

સ્વરૂપિ સરસ્વતી સવિતા બોલવું)

(સંધ્યાનો સમય ચુકી જવાયો હોય ત્યારે નીચેના મંત્રથી ચોથો અર્ધ્ય આપવો.)

ૐ ભૂર્ભુવઃસ્વઃૐતત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ, ધિયોજેનઃ પ્રચોદયાત

ૐ આકેષ્ઠેન રજસાવર્ત્તમાનો નિવેશયન્ન મ્રેતમ્મર્ત્યય,

હિરણ્યથેન સવિતા રથેનાદેવો જાતિ ભુવનાનિ પશ્યન્ન.

ૐ પ્રાયશ્ચિતાંગી ભૂતં પ્રાતઃસંધ્યાયામ્ બ્રહ્મસ્વરૂપિ ગાયત્રી સવિતા

શ્રીસૂર્યનારાયણાય નમઃ ઈદં અર્ધ્ય દત્તં ન મમ. અસાવાદિત્યોર્બ્રહ્મ.

(મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં ૐ આકેષ્ઠેન..વાળા મંત્રથી એક અર્ધ્ય આપવો)

(સાંચ સંધ્યામાં બેઠા બેઠા ગાયત્રી મંત્રથી ત્રણ અર્ધ્ય આપવા)

સૂર્યપ્રદક્ષિણા :-

(હાથમાં જળ રાખી નીચેનો મંત્ર બોલવો અને તે જળ ચારે તરફ પ્રદક્ષિણાની દીશામાં નાંખવું)

ૐ વ્યિશ્વતશ્ચક્ષુ રુતવ્યિશ્વતોમુખોવ્યિશ્વતોબાહુરુતવ્યિશ્વતસ્પાત

સમ્ભમાહુબ્યાન્ધમતિ સમ્પતત્રેદર્યાવા ભૂમી જનયન્દેવઽએકહ.

સૂર્યોપસ્થાનમ્ :-

(પ્રાતઃસંધ્યામાં ઉભા થઈને બે હાથ ઉપર કરીને હથેળી ભગવાન સૂર્યનારાયણ સામે રાખીને, મધ્યાહ્નસંધ્યામાં બે હાથ ઉપર કરીને હથેળી ભગવાન સૂર્યનારાયણ સામે રાખીને, તેમજ સાંચ સંધ્યામાં આસન પર બેસીને હાથ સીધા જમીનને સમાંતર કરીને હથેળી ભગવાન સૂર્યનારાયણ સામે રાખીને નીચેના મંત્રો બોલવા)

ૐ ઉદ્ધયન્તમસસ્પરિસ્વહ પશ્યન્તઽઉત્તરમ્,

દેવન્દેવત્રાસૂર્જમગન્મજયોતિરુત્તમમ્.

ૐ ઉદુત્યંજતવેદસન્દેવં વ્યહન્તિકેતવહ, દ્રેશેવિશ્વાયસૂર્જમ્.

ૐ ચિત્રંદેવાના મુદગાદનીકંચક્ષુર્મિત્રસ્યવ્યરુણસ્યાગ્રેહે,

આપ્રાધાવાપ્રેથિવીઽ અન્તરિક્ષગૂં સૂર્જઽ આત્માજગતસ્તસ્થુજશ્ચ.

ॐ तस्यक्षुर्देवहितम्पुरस्ताच्छुक्रमुच्यरत, पश्येमशरदह शतं शुभमशरदह शत ॐ
 श्लेष्यामशरदह शतम्भद्रवामशरदह शतमहीनाह। स्यामशरदह शतम्भूयश्चशरदह
 शतात्.

अथ ४५० मुद्राप्रदर्शनम् :-

(नीचे ४५० वेल सोवीस मुद्राओ करवी)



(१) सुमुणम्



(२) सम्पुटम्



(३) विततम्



(४) विस्तृतम्



(५) द्विमुणम्



(६) त्रिमुणम्



(७) चतुर्मुणम्



(८) पंचमुणम्



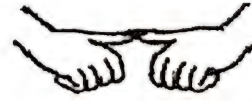
(९) षष्टमुणम्



(१०) आद्यमुणम्



(११) व्यापकजलिकम्



(१२) शकटम्



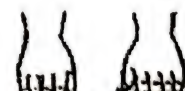
(१३) यमपाशम्



(१४) ग्रन्थितम्



(१५) उन्मुणोन्मुणम्



(१६) प्रलग्नम्



(१७) मुष्टिकम्



(१८) मत्स्यः



(१९) कूर्मः



(२०) वराहकम्



(२१) सिंहाकान्तम्



(२२) महाकान्तम्



(२३) मुद्गारम्



(२४) पल्लवम्

અથ ગાયત્રી મંત્ર જપ :-

(ગાયત્રી મંત્ર નો ૧૦૮ વાર જપ કરવો. પ્રાતઃ સંધ્યામાં માળા નાભી સુધી રાખીને, મધ્યાહ્નસંધ્યામાં માળા હૃદય સુધી રાખીને, તેમજ સાયં સંધ્યામાં માળા નાક ના અગ્ર ભાગ સુધી ઉંચે રાખીને જપ કરવા)

ૐભૂર્ભુવઃસ્વઃૐતત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ, ધિયો જોનઃ પ્રચોદયાત ૐ
તતો મુદ્રાપદ્ધતિનિમ્:-

(નીચે જણાવેલ આઠ મુદ્રાઓ કરવી)



(૧) સુરભિઃ



(૨) જ્ઞાનમ્



(૩) વૈરાગ્યમ્



(૪) યોનિઃ



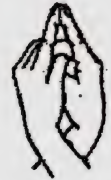
(૫) શંખમ્



(૬) પંકજમ્



(૭) લિંગમ્



(૮) નિર્વાહનિકમ્

જપાર્પણમ્ :-

(આયમનીમાં જળ રાખી નીચે મુજબ બોલી જળ તરભાણીમાં મુકવું)

અનેન પ્રાતઃસંધ્યાંગભૂતેન યથાશક્તિ ગાયત્રીમંત્ર જપાખ્યેન કર્મણા શ્રી
ભગવાન બ્રહ્મસ્વરૂપી ગાયત્રી સવિતા શ્રી સૂર્યનારાયણ પ્રીયતાં ન મમ

(મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં રૂદ્ર સ્વરૂપી સાવિત્રી સવિતા સાયં સંધ્યામાં વિષ્ણુ સ્વરૂપી સરસ્વતી સવિતા
બોલવું)

ગાયત્રી ધ્યાનમ્ :-

(નીચે પ્રમાણે બોલીને ગાયત્રી માતાનું ધ્યાન કરવું)

મુક્તાવિદુમહેમનીલધવલચ્છાથૈર્મુખેસ્ત્રીક્ષણે

ચુકતામિન્દુનિબઞ્જરત્નમુક્તુટાં તત્ત્વાત્મવર્ણાત્મિકામ્

ગાયત્રીં વરદાભયાંકુશકશાઃ શુભ્રં કપાલં ગદાં

શંખં ચક્રમથારવિન્દયુગલં હસ્તૈર્વહન્તીં ભજે

ગાયત્રી માનસિક પૂજા :-

(અંગુઠાનો ઉપરનો ભાગ ટચલી આંગળી ના નીચેના ભાગથી ઉપરની બાજુ તરફ લઈ જવો.)

લં પૃથિવ્યાત્મકં ગન્ધં પરિકલ્પયામિ નમઃ

(ચારેય આંગળીનો ઉપરનો ભાગ અંગુઠા ના નીચેના ભાગથી ઉપરની બાજુ તરફ લઈ જવો.)

હં આકાશાત્મકં પુષ્પં પરિકલ્પયામિ નમઃ

(અંગુઠાનો ઉપરનો ભાગ પ્રથમ આંગળીના નીચેના ભાગથી ઉપરની બાજુ તરફ લઈ જવો.)

ચં વાયુઆત્મકં ધૂપં પરિકલ્પયામિ નમઃ

(ઉપર મુજબ બીજી આંગળી લેવી.)

રં વણ્યાત્મકં દીપં પરિકલ્પયામિ નમઃ

(ઉપર મુજબ ત્રીજી આંગળી લેવી.)

વં અમૃતાત્મકં નૈવેદ્યં પરિકલ્પયામિ નમઃ

(ઉપર મુજબ ટચલી આંગળી લેવી)

સં સર્વાત્મકં તાંબુલાની પુગી ફલાની સર્વોપચારાન્ રાજોપચારાન્ શેષોપચારાન્

પાદુકાં પરિકલ્પયામિ નમઃ

(ત્યારબાદ ચોની મુદ્રાથી નમસ્કાર કરવા)

અભિવાદન:-

(નીચે જણાવેલ જગ્યાએ પોતાનું ગોત્ર,પ્રવર,વેદ,શાખા તથા નામ નો ઉચ્ચાર કરીને બે કનની બુટોને બે હાથની આંગળીઓનો સ્પર્શ કરી દેવ નમસ્કાર કરવા અથવા માથુ નમાવવું)

(પોતાનું ગોત્ર બોલવું) ગોત્રોત્પન્નો હં (પોતાના પ્રવરના નામ તથા સંખ્યા બોલવી) પ્રવરાન્વિતો
અહં (પોતાનો વેદ બોલવો) વેદાન્તર્ગત (પોતાની શાખા બોલવી) શાખાધ્યાયિ (પોતાનું
નામ બોલવું) કુમાર શર્મા અહં

ભો વૈશ્વાનર ત્વાં અભિવાદયામી

ભો માતા પિતા ગુરુ ચરણ કમલેભ્યો ત્વાં અભિવાદયામી

ભો સર્વેભ્યો દેવેભ્યો ત્વાં અભિવાદયામી

ભો સર્વેભ્યો બ્રાહ્મણેભ્યો ત્વાં અભિવાદયામી

ભો સૂર્યાગ્ની ચન્દ્રમસૌ ત્વાં અભિવાદયામી

ભો ચાણવલ્ક્ય ત્વાં અભિવાદયામી

સંધ્યાર્પણમ્ :-

(આચમનીમાં જળ રાખી નીચે મુજબ બોલી જળ તરબાણીમાં મુકવું)

અનેન પ્રાતઃસંધ્યોપાસનાખ્યેન કર્મણા શ્રી ભગવાન બ્રહ્મસ્વરૂપી ગાયત્રી સવિતા
શ્રી સૂર્યનારાયણ પ્રીયતાં ન મમ

(મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં રૂદ્ર સ્વરૂપી સાવિત્રી સવિતા સાયં સંધ્યામાં વિષ્ણુ સ્વરૂપી સરસ્વતી સવિતા
બોલવું)

ૐ વિષ્ણવે નમઃ ૐ વિષ્ણવે નમઃ ૐ વિષ્ણવે નમઃ

ઈશ્વરસ્તુતિ :- (બે હાથ જોડી નીચે પ્રમાણે બોલીને પ્રાર્થના કરવી)

આકાશાત્પતિતં તોયં યથા ગચ્છતિ સાગરમ્

સર્વદેવ નમસ્કારઃ કેશવં પ્રતિ ગચ્છતિ

સંધ્યાવિસર્જનમ્ :-

(પ્રાતઃ તથા મધ્યાહ્ન સંધ્યામાં બે હાથ જોડી નીચે પ્રમાણે પ્રાર્થના કરવી)

ઉત્તરે શિખરે દેવિ ભૂમ્યાં પર્વતમસ્તકે

બ્રાહ્મણેભ્યો વિનિર્મુક્તા ગચ્છ દેવિ યથાસુખમ્

(સાચું સંધ્યામાં બે હાથ જોડી નીચે પ્રમાણે પ્રાર્થના કરવી)

પશ્ચિમે શિખરે દેવિ અસ્તાચલ નિવાસીની

બ્રાહ્મણોભ્યો વિનિર્મુક્તા ગચ્છ દેવિ યથાસુખમ્

(અભિવાદનમાં ગોત્ર મુજબ પ્રવર, વેદ તથા શાખા નીચેના કોષ્ટકમાં જોઈ તે મુજબ બોલવા)

॥ ગોત્રપ્રવરમંજરી ॥

ગોત્ર	પ્રવર નામ અને સંખ્યા.	વેદ	શાખા
ભાર્ગવ —	ભૃગુ, અયવન, આત્રવાન, ઔર્વ, જમદગ્નિ ૫	ઋગ્વેદ યજુ.	સાંખ્યાયની આશ્વલાં
ગોબિલ —	ગોબિલ, અસિત, દેવલ, ૩	સામ,	કૌથમીર
ભારદ્વાજ —	ભારદ્વાજ, આંગિરસ, બાર્હસ્પત્ય- ૩	યજુ-	માધ્યં.
કૌશિક —	વિશ્વામિત્ર, દેવલ, ઔદત્ય. ૩	ઋગ્વેદ	આશ્વલા.
વત્સસ. —	વત્સ, અયવન, આત્રવાન, ઔર્વ, જમદગ્નિ ૫	યજુ	માધ્યં.
ગૌતમ —	ગૌતમ, આંગિરસ, શારદ્વત- ૩	યજુ.	માધ્યં.
મૌનસ —	મૌનસ, વૈતાન, સહવ્ય સાવય ૩	યજુ.	માધ્યં.
શાંડિલ્ય —	શાંડિલ્ય, કશ્યપ, અવત્સાર ૩	યજુ.	માધ્યં.
અત્રિકૌશિક —	આત્રેય, આર્યનાનસ, શાવાશ્વ- ૩	યજુ.	માધ્યં.
ઉપમન્યુ —	વસિષ્ઠ, ઇંદ્રપ્રમદ, ભરદ્વાજ- ૩	ઋગ્વેદ	આશ્વલા.
કૌત્સસ. —	કૌત્સ, આંગિરસ, માંધાતા- ૩	યજુ.	માધ્યં.
વસિષ્ઠ —	વસિષ્ઠ, ઇન્દ્ર- પ્રમદ, ભરદ્વાજ- ૩	યજુ.	માધ્યં.
પારાશર —	પારાશર વસિષ્ઠ. સાંકૃત્ય- ૩	યજુ.	માધ્યં.
દાદલ્ય —	દાદલ્ય અયવન. આત્રવાન ઔર્વ. જમદગ્નિ- ૫	સામ-	કૌથ.
ઔદ્રાહક —	વસિષ્ઠ, ઇન્દ્ર, પ્રમદ, ભરદ્વાજ- ૩	યજુ.	માધ્યં.
ગર્ગ —	ગર્ગ, ગાર્ગ્ય, આંગિરસ, બાર્હસ્પત્ય, ભરદ્વાજ ૫	અથર્વ.	પિષ્પલાયની
કાશ્યપ —	કાશ્યપ, વત્સાર, નૈધુવ. ૩	સામ.	કૌથમીર
કૃષ્ણાત્રી —	કૃષ્ણ, અત્રિ, ઉદાલક. ૩	ઋગ્વેદ	આશ્વલા.
શૌનક —	શૌનક, શાલીહોત્ર, ગાર્ગ્યપ્રમદ	યજુ.	માધ્યં.

શ્રી ગુરુને અર્પણ

પ્રદોષ વ્રત નું મહત્વ

પ્રદોષ વ્રત કળિયુગ માં અતિ મંગલકારી અને શિવ કૃપા પ્રદાન કરે છે. આ વ્રત સ્ત્રી અને પુરુષ બંને કરી શકે છે. પ્રદોષ વ્રત કરવાથી બધાજ પ્રકારના દોષ દૂર છે. અઠવાડિયાના સાતે વારનું પોતાનું વિશેષ મહત્વ છે.

રવિવાર :- આ દિવસે પ્રદોષ વ્રત રાખવાથી નીરોગી રહેવાય.

સોમવાર :- આ દિવસે વ્રત કરવાથી પોતાની મનોકામના પૂર્ણ થાય છે.

મંગળવાર :- આ દિવસે વ્રત કરવાથી રોગમાંથી મુક્તિ મળે છે. અને શરીર સ્વસ્થ રહે છે.

બુધવાર :- બુધવારે વ્રત નું પાલન કરવાથી બધા પ્રકારની કામનાઓ સિદ્ધ થાય છે.

ગુરુવાર :- ગુરુવારે પ્રદોષ વ્રત રાખવાથી શત્રુ નો નાશ થાય છે.

શુક્રવાર :- આ દિવસે પ્રદોષ વ્રત કરવાથી સારાભાગ્ય ની વૃદ્ધિ થાય છે.

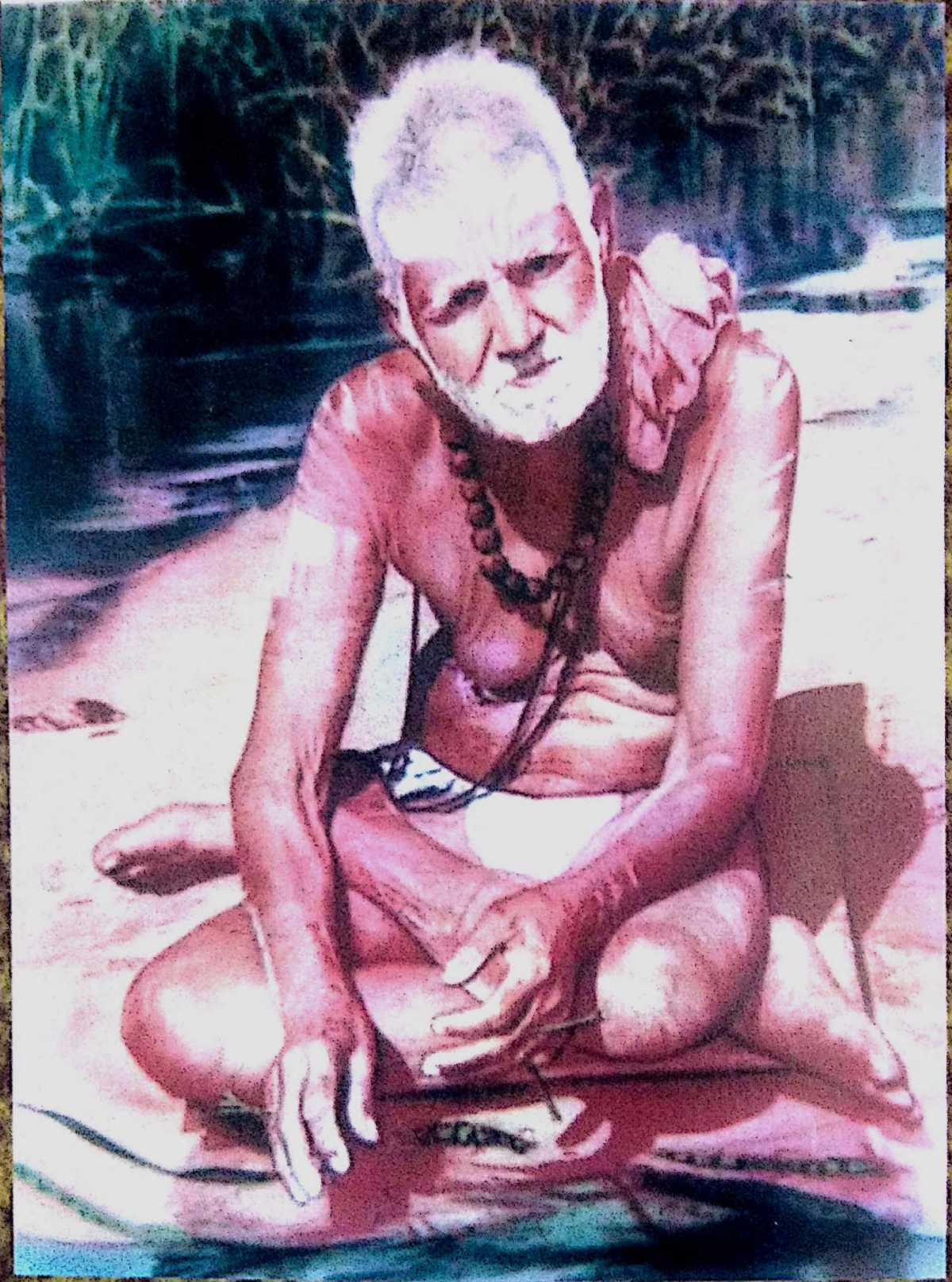
શનિવાર :- આ દિવસે પ્રદોષ વ્રત કરવાથી સંતાનની પ્રાપ્તિ થાય છે.

આ વ્રતનું મહાત્મ્ય ને ગંગા ના તટે વેદો ના જ્ઞાતા શ્રી સૂતજી એ સનકાદિ બ્રહ્મણે ને સંભળાવ્યું હતું સૂતજી એ કહ્યું હતું કે કળિયુગમાં જ્યારે મનુષ્ય ધર્મ ના આચરણ થી હટી ને અધર્મ ની રાહ પર જશે, બધી બાજુ અન્યાય અને અનાચાર નું વર્ચસ્વ હશે. માનવ પોતાના કર્તવ્યથી વિમુખ થઈને નીચકર્મ માં સંલગ્ન થશે એ સમયે પ્રદોષ વ્રત એ એક એવું વ્રત હશે જે માનવ ને શિવની કૃપા ના પાત્ર બનાવશે અને નીચ ગતિ થી મુક્ત થઈને ઉત્તમ લોક ને પ્રાપ્ત થશે. શ્રી સૂતજી એ સનકાદિ બ્રહ્મણે ને એ પણ કહ્યું હતું કે પ્રદોષ વ્રત થી કળિયુગમાં મનુષ્ય ના બધા પ્રકારના કષ્ટ અને પાપ નષ્ટ થશે. આ વ્રત અતિ કલ્યાણકારી છે. આ વ્રતના પ્રભાવથી મનુષ્ય ને અભીષ્ય ની પ્રાપ્તિ થશે. આ વ્રતમાં અલગ-અલગ દિવસ ના પ્રદોષ વ્રતથી મહાત્મ્ય સર્વ પ્રથમ ભગવાન શંકરે માતા સતીને સંભળાવ્યું હતું. સૂતજી ને આ વ્રતનું મહાત્મ્ય મહર્ષિ વેદવ્યાસજી એ સંભળાવ્યું હતું.

પ્રદોષ વ્રતની વિધી :-

પ્રત્યેક પક્ષની જે દિવસે સાચું કાલે ત્રયોદશી હોય તે કાળને પ્રદોષ કાળ કહેવાય છે. તે દિવસે પ્રદોષ વ્રત કરવામાં આવે છે. આ વ્રત માં મહાદેવ ભોલેશંકરની પૂજા કરવામાં આવે છે. આ વ્રતમાં વ્રતીએ નિર્જળ રહીને વ્રત રાખવાનું હોય છે. પ્રાતઃ કાળ સ્નાન કરીને ભગવાન શિવની બીલીપત્ર, ગંગાજળ, ઘૂપ, દિપ થી પૂજા કરવી. સંધ્યા કાળે પુનઃ સ્નાન કરીને એજ પ્રકારે શિવજી ની પૂજા કરવી. આ પ્રકારે પ્રદોષ વ્રત કરવાથી વ્રત કરનારને પૂણ્ય મળે છે.

(શ્રી દેવશંકર બાપા)



પરમ પૂજ્ય શ્રી દેવશંકર ગુરુ મહારાજ
અરવડેશ્વર મહાદેવ, સિદ્ધપુર

હર હર હર મહાદેવ



શ્રી સિદ્ધેશ્વર મહાદેવ
બાવાજીની વાડી, સિદ્ધપુર